

身体有这些信号,警惕妇科肿瘤偷袭

妇科恶性肿瘤是威胁女性健康和生命的严重疾病,常见的有子宫内膜癌、宫颈癌、卵巢癌、输卵管癌等。不论哪种,都是越早发现越早治疗,效果越好。妇科肿瘤都有哪些早期信号呢?



图片来自网络

“我肚子也不疼,也不出血,怎么就长肿瘤啦?”王阿姨今年61岁,平时身体挺好,带孩子、干家务、跳广场舞样样行。但当她体检时却发现卵巢上长了个大瘤子,还有腹水,做完手术竟然是卵巢癌Ⅲ期。其实疾病早有征兆:最近半年,王阿姨腰围变大了,裤子变紧了,吃完饭总有点胃胀。

“我还以为是疫情期间活动少,发胖了,消化不好,早知道这就是肿瘤的信号,我早就去医院了。”王阿姨后悔不已。

妇科恶性肿瘤是威胁女性健康和生命的严重疾病,常见的有子宫内膜癌、宫颈癌、卵巢癌、输卵管癌等。不论哪种,都是越早发现越早治疗,效果越好。那么妇科肿瘤都有哪些早期信号呢?

阴道出血

异常阴道出血是妇科肿瘤最常见的症状。任何不正常的阴道出血,包括月经周期紊乱、月经量多、月经淋漓不尽、同房后阴道出血、非月经期出血等等,特别是绝经后阴道出血,都可能是妇科肿瘤的表现。例如,性交后阴道出血,可能是宫颈癌。中老年女性月经不规律,常常被当成“更年期”,其实可能是子宫内膜癌的早期表现。

阴道排液 或阴道异常分泌物

输卵管癌可能出现阴道排液,液体可以是透明、黄色或淡血色等颜色。内膜癌、宫颈癌等可能导致阴道分泌物增多、颜色改变、异味臭味等等。尤其是出现血性分泌物,一定要警惕妇科恶性肿瘤。

腹胀、腹痛、腹部包块

腹胀、腹围增加是许多卵巢癌患者最早出现的症状,常常被认为是“发胖”而忽视了。另外,

腹痛尤其是长期腹痛,腹部摸到包块,都有可能是长肿瘤了。王阿姨觉得裤子变紧了,发胖了,其实就是因为卵巢上的大瘤子和卵巢癌产生的腹水造成。所以,绝经前后的阿姨,如果突然发胖、肚子变大、腰变粗,一定要注意体检。

消化道症状

食欲下降、胃胀、早饱感、恶心、消化不良都可能是卵巢癌的表现。其他妇科肿瘤发展到一定程度也可能出现消化道症状。王阿姨吃完饭总有点胃胀,其实就是卵巢癌的早期信号。

莫名其妙的消瘦、乏力

恶性肿瘤是消耗性疾病,可能导致消瘦、乏力、体力下降、劳累、贫血等症状。

排尿排便异常

卵巢、子宫与膀胱、直肠都位于盆腔,位置临近,因此妇科肿瘤可能压迫膀胱、直肠等,导致尿频、排尿困难、排便困难等情况。

其他症状

下肢水肿、淋巴结肿大等也可能是妇科肿瘤的表现。当女性,尤其是中老年女性,出现以上情况,应及时到医院就诊,争取有病早发现早治疗。但是要注意,有这些情况不一定就是妇科肿瘤,也不是每个肿瘤患者早期都有表现。比如卵巢癌,由于卵巢位于盆腔深处,早期常常没有症状,出现症状多数已经晚期。所以,最好的办法是定期体检,每年做个妇科查体和超声,定期做宫颈癌筛查,就能早期发现妇科肿瘤,甚至在癌变之前就发现疾病。

(作者:曾浩霞 北京朝阳医院西院)

来源:北京青年报

约一半患者不知已罹患糖尿病

控糖不佳或因选错服药时间

中国人群糖尿病患病率的全国流行病学调查结果去年5月在顶级医学期刊《英国医学杂志》发表。调查显示,我国大陆地区糖尿病总体患病率为12.8%,糖尿病前期患病率为35.2%。我国成人糖尿病知晓率为43.3%,即约一半的患者并不知道自已罹患糖尿病。

现象 近一半成人血糖异常

研究发现,中国成人总糖尿病、自报糖尿病和新诊断糖尿病的患病率(美国糖尿病学会标准)分别为12.8%、6%和6.8%。糖尿病前期患病率为35.2%。把糖尿病和糖尿病前期人群加一起,即我国近一半成人血糖异常。

中国医科大学内分泌研究所所长滕卫平认为,这么多人不知自己患糖尿病,主要是因为糖尿病病程长、隐匿性强、早期没症状。患者除了典型的多饮、多尿、多食及体重减少症状外,还会有些不典型症状,尤其在老年人中多见,易让老人与其他身体问题混淆,如突然肥胖特别是腹型肥胖、突然消瘦、眼底出血、妇女外阴瘙痒等。还有的早期糖尿病表现为餐后低血糖,这是餐后延缓的高胰岛素血症所致。

滕卫平表示,如果患者有典型的“三多一少”症状,空腹血糖 ≥ 7 毫摩尔/升或口服葡萄糖糖耐量2小时 ≥ 11.1 毫摩尔/升可以诊断为糖尿病。如果没有典型症状,次日再次复查空腹血糖或口服葡萄糖糖耐量试验2小时血糖。达到上述标准也可以被确定为糖尿病。

糖尿病的隐性期即“糖尿病前期”更容易被忽视。糖尿病前期分为两个类型,即空腹糖耐量损伤和餐后糖耐量损伤。前者可以通过空腹血糖诊断(6.1—7毫摩尔/升),后者则需要口服葡萄糖糖耐量诊断(7.8—11.1毫摩尔/升)。糖尿病前期是控制糖尿病的最佳阶段,其主要手段是生活方式干预,坚持运动、健康饮食、控制体重。

分布 北方地区患病率更高

调查显示,不同地域的糖尿病患病率差别大,包括确诊和糖尿病前期在内,北方整体患病率最高,其次为西南、东北、南部、中部、东部和西北地区。

性别方面,男性的糖尿病和糖尿病前期患病率都更高,城乡居民

之间的患病率没显著差别。男性和女性的患病率均随年龄增长而增加:40岁后糖尿病患病率急剧上升,40岁后人群中超40%处于糖尿病前期。此外,教育水平低、家庭收入低、超重和肥胖以及有糖尿病家族史的人群,患病率高于平均水平。

与全球趋势相似,中国糖尿病患病率不断攀升。超重和肥胖的患病率日益增加,而超重和肥胖是糖尿病的重要危险因素。

治疗 掌握正确的服药时间

在中国,糖尿病以2型为主,目前治疗离不开注射胰岛素和服用降糖药。重庆市中医院内分泌科主任医师谭明红表示,降糖药的疗效除了与药物自身作用和剂量相关,与服药时间也有很大关联。

二甲双胍可依据患者的胃肠道反应调整 二甲双胍对胃黏膜有刺激作用,平时肠胃功能不好的患者最好在饭后或饭中服,胃肠道功能好的则可选择在餐前服药。

磺脲类可依据血糖峰值而调整 目前用得较多的是长效制剂,可监测血糖峰值的出现时间来服药,最好让血糖峰值和药物浓度最大的时候重叠。磺脲类药物建议早上吃,但对于有“黎明现象(清晨血糖高)”的患者可以调整在晚餐前或睡前服。

格列奈类餐前服用 格列奈类药物需在餐前服以降低餐后血糖。如果服药过早或太晚,意义便没那么大了。

α -糖苷酶抑制剂在进食碳水化合物前服用 使用 α -糖苷酶抑制剂,切记要在进食第一口碳水化合物之前整片吞服,或与前几口食物一起咀嚼服用。其他口服降糖药,如胰岛素增敏剂、DPP-4抑制剂、SGLT2抑制剂等,服药时间并无什么特别要求。但维格列汀这个短效制剂只能维持12个小时,每日应早晚各给药一次。

胰岛素5种类型给药时间有所差异 胰岛素分为速效、短效、中效、长效、预混类型。速效胰岛素建议饭前注射;短效胰岛素饭前15到30分钟注射;中效、长效胰岛素根据血糖峰值情况选择注射时间;预混胰岛素由短效胰岛素、中效胰岛素按比例混合制成,建议在餐前30分钟注射。来源:快乐老人报